



WOCHENTAG	UHRZEIT	TRAINING
Montag	11:00 - 13:00	Morningstars (Inge Eck)
	13:00 - 15:00	Schulrudern (Thomas Thallmair) See/Ergoraum
	16:30 - 18:00	Jugendtraining (Katharina Walthes)
	17:30	Training Rennmannschaft (Thomas Thallmair)
	ab 25.4. 19:00	Allgemeines Rudern: Technik (Katharina Walthes)
Dienstag	14:30 - 16:00	Ergorudern Damen (Käthe Vogt) See/Ergo-/Kraftraum
	15:30 - 17:30	Schulrudern MIS (Georg Kendl) See/Ergoraum
	16:00 - 17:30	Damenrudern (Christine Müller)
	17:30	Training Rennmannschaft (Thomas Thallmair)
	18:00, ab Mai 18:30	Fortgeschrittene Anfänger (Nicola Belau, Anke Wilhelms, Susanne Hübner)
	19:00	Segler-8er (Christoph Vaagt)
Mittwoch	09:30	WoYo (Ute Harman-Auer) Steg/Ergoraum
	11:00 - 13:00	Morningstars (Inge Eck)
	13:15 - 15:00	Schulrudern (Barbara Keßel) See/Ergoraum
	17:30	Training Rennmannschaft (Thomas Thallmair)
	18:00, ab Mai 18:30	Fortgeschrittene Anfänger (Rolf Louis, Constantia Rosendorfer, Maria Schweizer)
	18:30, ab Mai 19:00	Allgemeines Rudern (Jürgen Kreile + Team)
Donnerstag	13:15 - 15:00	Schulrudern (Thomas Thallmair) See/Ergoraum
	16:30 - 18:00	Jugendtraining (Niklas Wagner, Christian Schickel)
	16:00	Rennttraining Masters-Männerachter ab 65 Jahre (AK G) (Christa Perchermeier)
	17:30	Training Rennmannschaft (Thomas Thallmair)
	18:00, ab Mai 19:00	Training für ambitionierte Ruderer (Ursula Bayerlein) (Technik/Kondition)
	18:00 - 19:15	WoYo (Rosi Chapman) online, ab Mai Ergoraum
Freitag	10:00 - 11:00	Gymnastik auf der Wiese (Ursula Bayerlein) oder Ergoraum
	11:00 - 13:00	Morningstars (Inge Eck)
	11:15 - 13:00	Schulrudern (Barbara Keßel) See/Ergoraum
	13:15 - 15:00	Schulrudern (Barbara Keßel) See/Ergoraum
	15:00 - 17:00	Ergorudern Damen (Käthe Vogt) See/Ergo-/Kraftraum
	17:30	Training Rennmannschaft (Thomas Thallmair)
	18:00	Freies Rudern (je Boot ein Obmann)
Samstag	oder Sonntag	Jugendtraining (NN)
	nach Absprache	Training Rennmannschaft (Thomas Thallmair)
Sonntag	09:00	Rennttraining Masters-Männerachter ab 65 Jahre (AK G) (Christa Perchermeier)
	10:00 - 12:00	Allgemeines Rudern (Jürgen Kreile + Team)
	12:30	Fortgeschrittene Anfänger (Angelika Jahrens)
	nach Absprache	Training Rennmannschaft (Thomas Thallmair)